

# Наказания, которые ломают детей

Говоря о наказании, хочется отметить чувства уже взрослых детей. Чаще всего это чувства отверженности, страха и обиды.

А теперь давайте подумаем, для чего мы наказываем детей? Для того, чтобы они поняли, что так поступать нельзя, что это не правильно и даже не хорошо.

А из какого чувства рождаются такие мысли? Из злости? Обиды? Страх? Думаю, что нет. Но ведь именно эти чувства испытывает ребёнок, когда его наказывают следующим образом:

## ФИЗИЧЕСКИ



Когда взрослый, сильный и значимый человек бьет и шлепает - мир малыша рушится, как и чувство безопасности. Ведь свой взрослый на то и свой, чтобы защищать. Такой вид наказания - это прямая агрессия в сторону ребёнка.

И да, дети бывают разные, что ситуации в семье и состояние родителей тоже. Например, если у ребёнка синдром дефицита внимания, то очень сложно всегда держать себя в руках. Поэтому, дорогие родители, когда чувствуете, что срываетесь и применяете то, что на самом деле не хотели бы делать по отношению к ребёнку - остановитесь, подышите и ОТДОХНИТЕ.

Да и на самом то деле, родители не хотят применять этот «метод». Ведь он разрушает отношения. Просто из-за бессилия, усталости и даже чувства беспомощности, мы, взрослые, более сильные, умные и сдержанные (наша цнс и мозг, в отличие от ребёнка сформировались) применяем не применимое.

## **ИГНОРИРОВАНИЕ**



Игра в молчанку или «я с тобой не разговариваю» мощный инструмент в разрушении и психики ребёнка и здоровых с ним отношений.

Ведь для детей родительский игнор = потеря любви. А это им и в страшном сне не снилось. Игнорирую - значит обижаюсь, а не показываю ребёнку его границы и что он сделал «не так». Молчать и не общаться удобно, ведь разговаривать не приходится. Но в этом случае ребёнок:

- а) так и не поймёт, где была его ошибка и не почувствует границ
- б) будет чувствовать отвержение (что сильно влияет на самооценку)
- в) в будущем точно так же будет копить обиды, а не решать конфликты.

## УНИЖЕНИЕ



Уверена, что все и без меня знают, как негативно обзывательства отражаются на психике человека.- ты тупой/безрукий/безмозглый/дурак и т.д. Все это разрушающие и отношения, и самооценку ребёнка слова.

Главное правило:

**РУГАЕМ ПОВЕДЕНИЕ, А НЕ ЛИЧНОСТЬ РЕБЁНКА!**

## ПОСТОЯННЫЙ КРИК



Порой (часто) может не хватать сил говорить спокойно, но это проблема НЕ РЕБЁНКА.

Помните одну важную истину: НА САМОМ ДЕЛЕ ДЕТИ НЕ ХОТЯТ ЗЛИТЬ РОДИТЕЛЕЙ. Вы - самое ценное и дорогое, что у них есть. А за непослушанием или каким-то другим неприемлемым поведением СТОЯТ ПРИЧИНЫ и вот именно в них и нужно разбираться.

-Почему мой ребёнок так себя ведёт?

-О чем говорит его поведение?

-А способен ли он понять или сделать то, что я от него требую? И т.д.

Так почему же крик - это не эффективно и разрушительно? Есть идеи?

ребёнок пугается и не слышит (считай не запоминает действий), что ему говорят. Он слышит тон. То есть это не поучительно, ребёнок прекращает деятельность не потому что понял маму/папу, а потому напугался.

Крик тормозит ребёнка и его развитие (особенно постоянный). В кровь выделяются такие гормоны как кортизол, норадреналин, адреналин, которые влияют на истощение организма.

### **КОГДА НАКАЗЫВАЮТ ЗА БЛАГИЕ НАМЕРЕНИЯ**



Что может быть обиднее, когда хотел как лучше, а тебя ещё и наругали. Знаете, если такая фраза: нужно смотреть не на слова, а на поступки.

Так вот я вам предлагаю взглянуть чуть глубже: **НА МОТИВ ЭТИХ ПОСТУПКОВ.**

Например, ваша дочка решила помыть посуду к вашему приходу, но в итоге у неё это очень плохо получилось. Посуда осталась грязной, побитой, да и дорогущее средство для ее мытья все вылило. Если мы отругаем ребёнка за проявленную инициативу и заботу, то просто лишим ее желания делать что-то хорошее и проявлять какую-либо инициативу.

У ребёнка в голове может сформироваться следующая установка: «Когда я проявляю инициативу/заботу, мама меня ругает. Лучше тогда ничего не делать». А оно вам надо?

### **КОГДА ЛИШАЮТ ЖИЗНЕННО НЕОБХОДИМЫХ ВЕЩЕЙ**

Ну, например, девочка занимается балетом и ей нужны чешки, а родители в качестве наказания за неподобающее поведение НЕ покупают ей чешки. Или школьнику циркуль, который нужно принести на геометрию.

Хуже этого может быть только наказание едой (базовая потребность). Когда ребёнка лишают того, благодаря чему он может жить и функционировать = ребёнка отвергают и подвергают опасности. Это очень не конструктивно, согласитесь?

Ведь родители ребёнку **ДЛЯ ЗАБОТЫ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ НУЖНЫ.**

Наказание **ДОЛЖНО БЫТЬ СОРАЗМЕРНЫМ С ПРОСТУПКОМ РЕБЁНКА**, а ещё лучше, если это **ПОСЛЕДСТВИЕ**, о котором ребёнок заранее знал (ну или был предупреждён) ничего не делать».

Нет абсолютного и подходящего каждой семье «как надо», **ЗАТО СУЩЕСТВУЮТ ГРАНИЦЫ**, как личные, так и семейные, так ещё и границы **ДОЗВОЛЕННОГО.**

И вот именно их, эти границы (с учетом индивидуальных особенностей вашего ребёнка, ваших ценностей и взглядов) нужно ребёнку выстраивать.

То есть:

- Быть последовательным
- Предупреждать о том, что есть такое-то правило или что такое-то поведение не приемлемо
- Проговаривать, что будет, если...
- Легализовывать это «что будет»

При этом никто не заставляет взрослых быть бесчувственными, можно ж даже посочувствовать ребёнку, которого «наказали» (осуществили естественное последствие, о котором в свою очередь предупреждали): «очень жаль, но...»/ «я понимаю, что тебе не хочется, но...» Ведь если мы обижаемся на ребёнка, то скорее всего сами проваливаемся в состояние «я ребёнок» и общаемся из не позиции взрослого. Почему тогда от детей ждём взрослых и разумных поступков?)

На ребёнка влияет многое:

- климат в семье
- наличие/отсутствие родовых или пост родовых травм головы
- его возраст, темперамент, социум и многое, многое другое.

Потому что если ребёнок не слушается или постоянно «доводит» родителей до такого состояния, что хочется применить одно из вышеперечисленных наказаний, стоит задуматься, а все ли с внутренним состоянием или физиологией в порядке?

**ПОНИМАЯ ПРИЧИНУ ПОВЕДЕНИЯ, УЧИТЫВАЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЕБЁНКА**, легче выстраивать с ним отношения и быть в ресурсе (ведь, когда знаешь «почему» меньше негатива и не принятия) и реагировать на детские капризы/истерики/нарушения.